மூலிகை மணி

வேலூர் மருத்துவர் :- ஆ. இரா. கண்ணப்பர்

நள வருட புரட்டாசி மீ செப் 76
மலர்:12 198-வது மூலிகை இதழ்



'மூலிகை மணி'

[தமிழ் மருத்துவத் திங்கள் இதழ்]

ஆசிரியரும் வெளியிடுபவரும்

தினமணி புகழ்

வேலூர் மருத்துவர் ஆ. இரா. கண்ணப்பர், R.M.P.

ஆண்டு சந்தா ரூ. 6-00 தனி இதழ் 0-50 பைசா

புரட்டாசி இதழில்

(சிறப்புக் கட்டுரைகள்)

1.	உலக சுகாதார நிறுவனத்திற்கு ஒரு வேண்டுகோள் (தலையங்கம்)	3
2.	நீரிழிவு நோய்க்கு நித்திய கல்யாணி	5
3.	சர்க்கரை வள்ளிக் கிழங்கு	9
4.	சங்க இலக்கியத்தில் மருந்துச் செடிகள்	13
5.	பொருள்களின் குணவிளக்கம்	17
6.	தமிழ்த் திருமணம்	20
7.	கோணல் பல்	22
8.	சீனக்காரம்	25
9.	நோயும்–மருந்தும் (கேள்வி-பதில்)	29
10.	இதய ஒலி	31
11.	அனுபவம் உணர்த்தும் உண்மை	32

மூலிகைமணி சந்தா விபரம்

உள் நாடு	மலேஷியா, சிங்கப்பூர்
1 ஆண்டு 6-00	கப்பல் வழி 13-20 விமான மூலம் 20-40
3 ஆண்டு 18-00	கப்பல் வழி 39-60 விமான மூலம் 61-20
ஆயுள் சந்தா ரூ. 160	ஆயுள் சந்தா ரூ. 200 (கப்பல் மூலம்)

தலைமை அலுவலகம் : மூலிகை மணி வேலூர் - 632001

சென்னை அலுவலக முகவரி : மூலிகை மணி, 7, அருளாம்பாள் தெரு, தி. நகர், சென்னை - 600 017.

தொலை பேசி : 445689 (சென்னை)

வாசகர்கட்கு அரிய வாய்ப்பு

[1] மூலிகைகளை அறிதல்.

[2] கற்கம், சூரணம், மாத்திரை, பற்பம், செந்தூரம், லேகியம், தைலம், ஆகியன செய்தல்,

[3] நோய் கணித்தல்

[4] நாடிப் பார்த்தல்.

[5] 35 வகையான முக்கிய நோய்களை பற்றி விளக்கமாக அறிதல், என்னும் 5 வகையில் அடங்கும்

மூலிகை மருத்துவ வகுப்புகள்

வருகின்ற டிசம்பர் மாதம் சென்னையில 'மூலிகை மணி' சார்பில் நடத்த திட்டமிடப்பட்டுள்ளது. 10 நாட்கள் நடக்கும் இவ்வகுப்புகளில் கலந்து கொள்வதன் மூலம், மூலிகை மருத்துவ அறிவை செயல் முறைப்படுத்தி நேரடி அனுபவம் பெறலாம். எழுதப் படிக்கத் தெரிந்து, மூலிகை மருத்துவத்தில் ஆர்வமுள்ள அனைவரும் இவ்வகுப்புகளில் பங்கேற்கலாம். மூலிகை மணி சந்தா அன்பர்கட்கு மட்டுமே முன்னுரிமையளிக்கப்படும். மேலும் விபரமறிய, ரு 1க்கு அஞ்சல் தலை கீழ்க்கண்ட முகவரிக்கு அனுப்பிப் பெறலாம்.

மூலிகைமணி

7, அருணாம்பாள் தெரு,

தி. நகர். சென்னை-600017.

எத்தனை புண்ணியம் செய்தனரோ ?



ராகம் : செஞ்சுருட்டி] [தாளம் : ஆதி.

பல்லவி

எத்தனை புண்ணியம் செய்தனரோ? — இன்பத்
திருப்புகழ் ஆயிரம் உருகி உருகிப் பாட [எத்த

அநுபல்லவி

கத்துகடல் அலைபோல் கருணையே பெருக்கி
கந்தனை முருகனை முத்து தமிழால் பாட
[எத்த

சரணம்

தென்பழனியோங்கும் தெய்வீகச் சோதியை
சென்னிமலை வாழும் சேவல் கொடியோனை
முன்வினைகள் தீர்க்கும் மோன மூர்த்தியை
மூப்பிலாத் தமிழ்க்கடல் மூழ்கி மூழ்கிப் பாட
[எத்த

-கவிக்குயில் தேவராசன்.

உ

முருகா

ஐந்துகரத்தினை யானை முகத்தனை இந்தினிளம்பிறை போலுமெயிற்றினை
நந்திமகந்தனை ஞானகொழுந்தனை புந்தியில்வைத்தடி போற்றுகின்றேனே



எல்லோரும் இன்புற்றிருக்க நினைப்பதுவே
அல்லாமல் வேறொன்றறியேன் பராபரமே. —(தாயுமானவர்)

மலர் 12] நள ஹூ புரட்டாசி மீ செப்டம்பர்-76 [இதழ் 11

உலக சுகாதார நிறுவனத்திற்கு....

ஒரு வேண்டுகோள்

உலக சுகாதார நிறுவனம் (World Health Organaisations) என்ற அமைப்பு பல்வேறு நாடுகளிலுமுள்ள மருத்துவ வசதிகளை பரப்புவதும்- உலக மக்களிடையே நல்வாழ்வுப் பணியை வளர்ப்பதையும் நோக்கமாகக் கொண்டு இயங்குவதாகும். இதன் தென் கிழக்காசிய பிராந்திய கூட்டம் அண்மையில் இந்திய நலத்துறை அமைச்சர் டாக்டர் கரண்சிங் அவர்கள் தலைமையில் கடந்த மாதம் 13-14-ஆம் நாட்களில் ஸ்ரீநகரில் நடந்தது. இக்கூட்டத்தில் அமைச்சர் டாக்டர் கரண்சிங்- அவர்கள், பண்டைய மருத்துவ முறைகளையும்- தற்கால மருத்துவமுறையையும் இணைத்து செயல்படுத்த ஆய்வுகளை உலக சுகாதார நிறுவனம் மேற்கொள்ள வேண்டுமென்று கருத்தை கீழ்க்கண்டவாறு விடுத்துள்ளார் :

Dr. Karan Singh called for integration between modern and traditional medicine. 'Our region should take a lead in developing a working relation between these two systems' he said. Many systems of traditional medical care prevailed in South-East Asia and there was a time when these systems were discouraged. But this tendancy had now changed, and the utility of these systems was gradualy being realised in all under developed countries. There was there fore need to make greater use of them.

The Hindu. Sept. 14. 1976

மேற்கண்டவாறு கூறியுள்ள டாக்டர் கரண்சிங் அவர்களின் கருத்தினை முழுதுமாக செயல் படுத்தும்படி உலக சுகாதார நிறுவனத்தார்க்கு வேண்டுகோள் விடுகிறது மூலிகைமணி.

தென்கிழக்காசிய நாடுகளில் விளங்கும் பண்டைய மருத்துவ முறைகளில் மிகவும் சிறப்பும், தற்கால நவீன மருத்துவ முறையுடன் இணைந்து செயல்படக் கூடிய திறம்வாய்ந்த மருத்துவ முறை தமிழ் சித்த மருத்துவ முறை: இன்று தமிழகத்தில், சென்னை அரும்பாகத்தில், மத்திய சித்த மருத்துவ ஆராய்ச்சி நிலையத்தில்,

கன்னப்புற்று, எரிகுன்மம்

போன்ற நோய்களைப் பற்றி ஆய்வு நடந்து வருகிறது. சித்த மருத்துவத்தில் தனிச் சிறப்பாய்வு நடத்திவரும் டாக்டர் பு. மு. வேணுகோபால் அவர்கள், இதன் அலுவலராக இருந்து சீரிய ஆய்வுகள் நடத்தி வருகின்றார். இவையன்றி, தமிழகத்தில் பரம்பரையாக பல சித்த மருத்துவர்கள் தனி ஆய்வு மேற்கொண்டு ஆங்கில மருத்துவத்தில் கைவிடப்பட்ட பல நோய்களை குணமாக்கி வருகின்றனர்.

கடந்த 13 ஆண்டுகளாக 'மூலிகைமணி' ஏறக்குறைய 200 வகையான நோய் தீர்க்கும் மூலிகைகளை முழு விளக்கங்களுடன் மக்களிடையே பரப்பி வருகிறது. இவையெல்லாம் தனியார் முயற்சிகள் என்றாலும் இவைகள் சித்த மருத்துவத்தின் வேகமான வளர்ச்சிக்குப் போதியன அல்ல. உலக சுகாதார நிறுவனம் போன்ற அமைப்புகள், 'சித்த மருத்துவ முறை' யின் மேம்பாட்டினை ஆய்ந்து அதனை உலகளவுக்கு உயர்த்தும் ஆய்வுத் திட்டங்களை வருங்காலத்தில் நடத்துமேயானால், பல நல்ல மருந்துகளை உலகுக்கு அளிக்க முடியும்.

எனவே, அமைச்சர் கரண்சிங் அவர்கள், கூரிய கருத்துக்கிணங்க, உலக சுகாதார நிறுவனத்தின் தென் கிழக்காசிய பிரிவு இது குறித்து ஆழ்ந்து பரிசீலனை செய்து - தேவையான திட்டங்களை வகுத்து செயல்பட மூலிகைமணி வற்புறுத்துகிறது.

இது குறித்து மேற்கொண்ட விவரங்களை இந்திய மருத்துவத் துறை இயக்குனர் வாயிலாகவும், மத்திய சித்த மருத்துவ ஆராய்ச்சி அலுவலர் டாக்டர் பு. மு. வேணுகோபால் அவர்கள் மூலமாகவும், உலக சுகாதார நிறுவனம், பெற்று, சித்த மருத்துவத்தையும் - நவீன மருத்துவத்தையும் இணைக்கும் பாலமாகத் திகழ மூலிகைமணி ஆலோசனை கூறுகிறது. தமிழக அரசின், இந்திய மருத்துவத் துறை இயக்குனர் இதனைக் குறித்து சிந்திப்பாராக! ◎

நீரிழிவு நோய்க்கு

நித்திய கல்யாணி

வேலூர் மருத்துவர் ஆ. இரா. கண்ணப்பர்

❀ ❀ ❀

உண்மையில், 'நித்திய கல்யாணி' என்றும் 'பீங்கான் பூ செடியென்றும்' அழைக்கப்பெறும் மூலிகை, உலக மருத்துவ ஆராய்ச்சியாளர்களிடையே உன்னத புகழ் பெற ஆரம்பித்துள்ளது. தென் வியட்னாமிலும், தமிழகத்திலும் மட்டுமே காணப் பெறுவதாகக் கூறப்படும் இம்மூலிகைச் செடியின் வேரினை ஆராய்ந்ததில்- இரத்தப் புற்று நோயினைத் தீர்க்கும் சத்துப் பொருள் (Alkoloid) இருப்பதாகக் கண்டு பிடித்துள்ளனர். ஆராய்ச்சியாளர்கள்- கண்டுபிடித்த இந்த உண்மையை பல ஆண்டுகட்கு முன்னரே தமிழ் நாட்டு சித்த மருத்துவர்கள் கூறியுள்ளனர். அதுமட்டுமல்ல நித்திய கல்யாணி செடியின் வேர், பூ இரண்டையும் நீரிழிவு நோய்க்கு அரிய மருந்தாகப் பயன்படுத்தியுள்ளனர். 'தினமணி'யில் நம் நாட்டு மூலிகைகள்' தொடர் வரிசையில் 1969- இல் நித்திய கல்யாணிச் செடியினைப் பற்றி ஆசிரியர் ஆ. இரா. கண்ணப்பர், எழுதிய கட்டுரையில் நீரிழிவுக்கு நித்திய கல்யாணி வேர் பயன்படும் விவரத்தைத் தெளிவாகக் குறிப்பிட்டுள்ளார். எனவே நித்திய கல்யாணியின் அரிய மருத்துவ பயனை நவீன மருத்துவர்கள் அறிவதற்கு- அறிவிப்பதற்கு முன்னரே, நம் நாட்டு மருத்துவர்கள் அறிந்து- அறிவித்துள்ளார்களென்பதை அறிந்து பெருமையுடன் போற்றலாம். 1969-ல் வெளியான நித்திய கல்யாணிச் செடி பற்றிய ஆசிரியர் கண்ணப்பரின் கட்டுரையை தற்போது வெளியிடுவது மிகப்பொருத்தமும், பெருமையுமாகும்

1969-ல் தினமணியில்-ஆசிரியர் எழுதிய நித்திய கல்யாணி கட்டுரை:

இது என்ன நித்தியக் கல்யாணம்! பெயரே புதியதாக இருக்கிறதே! இப்படி ஓர் பெயர் கொண்ட மூலிகை இனம் உள்ளதோ என்று சிலருக்கு சந்தேகம் எழலாம். இந்த மூலிகையும் மற்றவைகளைப் போலவே எங்கும் ஏராளமாகக் காணக் கூடியது. ஒரு பொருள் விளங்

காத வரையில் என்னமோ, ஏதோ என்று நினைத்து பிரமை கொள்வதும் விளக்கம் தெரிந்த பிறகு ''ஓஹோ! இதுவா! இது எங்கும் கிடைக்கிறதே! எங்க விட்டு அருகாமையிலும் நிறைய இருக்கிறதே! என்று அதைப் பற்றி விமர்சனம் செய்யத் தொடங்கி விடுவார்கள். நித்தியக் கல்யாண மூலிகையும் இப்படித் தான் அறிமுகம் செய்ய வேண்டும்.

வழக்கமாக இதனை பீங்கான் பூ செடி, காக்கா பூச்செடி, சுடுகாட்டுப் பூச்செடி என்றும் பலவாருக சொல்வதுண்டு. இது சதா சர்வ காலமும் பூத்து குலுங்கும் தன்மையுடையது. ஆகையால் யூனனி வைத்தியர்கள் இதற்கு ''ஸதா சுவாகன்'' என்று சொல்வார்கள். சுவாகன் என்ருல் பூக்கும், மலரும் என்று பொருள். தமிழகத்தில் கொச்சை மொழியில் காக்கா பூ என்பார்கள். இதன் பொருள் என்ன வெனில் காக்கையை விடிந்தது முதல் பொழுதமரும் வரையில் ஒரு தடவையாவது பார்க்காமல் இருக்க முடியாது. நாடு காடு எங்கும் சதா காலத்திலுப் காணக் கூடியது காக்கை! இது போல செடியினத்திலும் இந்த பூவை காக்கைக்கு ஒப்பிட்டு காக்காப்பூ என்று சொல்லி வைத்தனர். போலும்! காக்கைக்கு ஆகாயத் தோட்டி என்ற ஒரு பெயரும் உண்டு. அசுத்தமெல்லாம் தான் தின்று ஊரைச் சுத்தப்படுத்தும். இது போல இந்த மூலிகைச் செடியும் உடம்பெனும் காயத்தை வரட்சி, இளைப்பு, அதிமூத்திரம் ஆகியவைகளால் அவஸ்தைபடும் சமயம் இவைகளை நீக்கி சுத்தப்படுத்தும் என்பதற்காக காக்காப் பூ செடி என்றும் பெயரிட்டு இருக்கலாம்.

இந்தச் செடியில் இரண்டு விதம் உண்டு. ஒன்று வெள்ளை நிறமான பூக்களும், ஐந்து ஒற்றை இதழ்களையுடையதாகி இருக்கும். மற்ருென்று இதே உருவ அமைப்பில் சிறிது மேல்புற இதழில் இளஞ் சிவப்பு நிறத்தையுடையதாகி இருக்கும். இதற்கு காய்களும் உண்டு. சுமார் ஒரு அங்குல நீளத்தில் தந்திக் கம்பி கனமும் முருங்கைக் காய் போன்ற பார்வையில் உள்ள இதன் காய்கள் முற்றிக் காய்ந்து பின் உதிர்ந்த இடமெல்லாம் முளைக்க ஆரம்பித்து தன்னிச்சையாகவே வளர்ந்து விடுகிறது. தும்பை, நாயுருவி செடிகளைப் போன்று அதே அளவில் வளரும் இச் செடியின் இலை நுணு இலை போல் ஆனல் முனை குருகி அடுக்காகவும் அடர்த்தியாகவும் இருக்கும். இதற்கிடையில் பூக்களும் காய்களும் விடும். போர்ஸ்சிலேன் என்ற பீங்கான் பாத்திரங்களில் இந்த மூலிகையின் பூக்களை வண்ணச் சித்திரங்களாக தீட்டி விடுவார்கள். எனவே இதைப் பார்த்துப் பழக்கப்பட்டுப் போனவர்கள் இம் மூலிகைக்குப் பீங்கான் பூ செடி என்று பெயரிட்டு அழைத்தனர். இலக்கண பூர்வமாக சொல்லுமிடத்து இம் மூலிகைக்கு நித்திய கல்யாணி என்று தான் பெயர்.

குணங்கள்

வரட்சி, மிரட்சி, களைப்பு, அதிதாகம், அதி மூத்திரம், பிரேத பலஹீனம் ஆகியவைகளைப் போக்கும். மரண பயத்தை நீக்கும். நமது நாட்டில் இதனை உணவு மருத்துவமாக சிறுவர்களுக்கும் வாலிப வயதுடைய இளைஞர்களுக்கும் பயன்படுவதாகத் தெரியவில்லை. ஆயினும் வாலிப வயதைத் தாண்டி வயது முதிர்ந்த பெரியோர்கள் இந்த பூவை யும் வேரையும் பயன்படுத்தி மூத்திர நீர் தாரை குண்டிக்காய் ரோகம், நீர் குற்றம் ஆகிய சம்பந்தப்பட்டு வரும் பற்பல நீடித்த ரோகங்களை போக்கிக் கொள்ளுவார்கள். பொதுவாக கவனிக்கப் போனால் இம் மூலிகைக்கு உடம்பில் இருந்து நீர்தாரை வழியாக கழியும் சத்துக்களை அதிகம் கழிய விடாமலும் அளவுக்கு மீறி உற்பத்தியாகாமலும் தடுப்ப தாக தெரிகிறது. ஒருகாக்கை எப்படி ஆகாயத்திலிருந்து ஊரைச் சுத்தம் செய்கிறதோ அப்படி இந்த யாக்கைக்கு சிறுநீர் குற்றத்தால் உண்டா கும் அபாயத்தை இந்த காக்காப் பூவும், வேரும் சுத்தம் செய்கிறது என் ருல் மிகையல்ல. ஒரு வேளை இதன் உட்கருத்தைக் கொண்டு தான் இதற்கு காக்காப்பூ செடி என்று பெயர் வந்ததோ? அந்த முருகன் தான் அறிவார். சிறுநீரில் சர்க்கரை உள்ளதோ அதை கவனித்து ஆராய்ச்சி செய்வதில் நம் நாட்டு மக்களுக்கு அக்கரை இருந்ததாகத் தெரியவில்லை. அதிக வரட்சி, தாகம் உடனே குடம் குடமாக சிறுநீர் கழித்தல் இது போன்ற குணங்கள் இருந்தால் இந்த பூவை நாலு போட்டு காய்ச்சி குடிப்பார்கள், இது நமது நாட்டின் பழமையான பழக்கங்களில் ஒன்று.

பூ கஷாயம்

ஓயாது நீர் குடித்தால் எவ்வளவு நீர் குடித்தாலும் தாகம் அடங் காது. நாக்கு வரட்சியாகி விடுதல், உடனே குழாயை திருப்பியதுபோல சிறுநீர் கழித்து விடல், முகம் பிரேதக்களை பட்டு மரண பயம் உண்டாதல் அளவுக்கு மீறிய பலஹீனம், அதிக பசி அல்லது பசியற்றுவிடல், நீர் குடித்தால் சிறுநீர் உடனே கழித்தல் போன்ற குணங்களையுடையவர் களுக்கும் பிங்கான் பூ கஷாயம் ஒரு சிறந்த நிவாரணி. விபரம்: ஆறு பிங்கான் பூவை மட்டும் எடுத்து இரண்டு குவளை நீரில் போட்டு ஒரு குவளையாக சுண்டக் காய்ச்சி அரை குவளை வீதம் நாள் ஒன்றுக்கு நான்கு தடவை குடிக்க மேல்படி கட்டுப்படும். இந்த மூலிகைக்கு நோயை பூரண மாகக் குணப்படுத்தும் தன்மை இல்லாவிட்டாலும்கூட தீவிர நோய்களில் உப சாந்தமான குணம் கிடைக்கும் என்பதில் ஐயமில்லை. சிறுவர் களுக்கோ அல்லது வாலிபர்களுக்கோ இந்த சிகிச்சை செய்வது அவ் வளவு உசிதமல்ல என்பது பலர் கருத்து. ஆனாலும் இது சுமார் 40

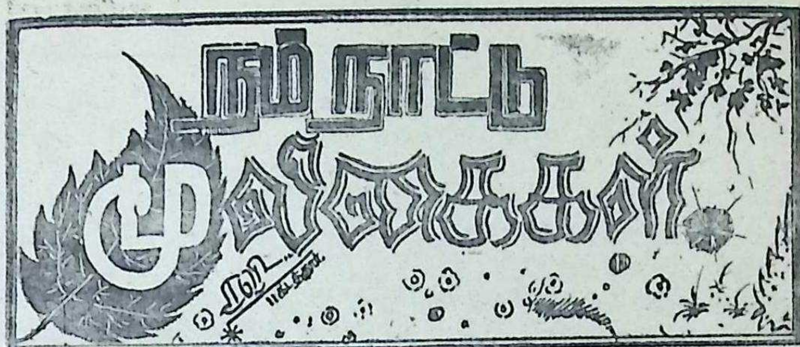
வயது கடந்தபின் வந்த நீர் ரோகங்களில் சிறப்பாக வேலை செய்து குணம் அளிக்கிறது என்பது அனுபவ உண்மை.

வேர்ச் சூரணம்

டயாபட்டிஸ் என்று பிரகடனம் செய்துக் கொண்டு நவீன மருந்துகளையும், ஊசிகளையும் போட்டு அலுத்துப் போனவர்கள் இந்த வேர்ச் சூரணத்தை தானே தயாரித்து வைத்துக் கொண்டு பணச்செலவு இல்லாமலும், உடம்பை ஊசியால் பொத்தல் செய்து கொள்ளாமலும் இலகுவில் அதிமூத்திரத்தையும் அதில் கழியும் உடல் சத்துக்களையும் அன்றுடம் குறைத்துக் கொள்ளலாம். இந்த மூலிகையின் வேர்களை வெள்ளிக் கிழமைகளில் (தூய்மையான உடலும், எண்ணமும் கொண்டு) எடுத்து வந்து சிறு துண்டுகளாக நறுக்கி வெய்யிலில் உலர்த்தி இடித்து தூள் செய்து துணியில் வடிகட்டி (வஸ்திரகாயம்) சன்ன தூளை ஒரு புட்டியில் பத்திரப்படுத்திக் கொள்ளவும். அளவு: பெருவிரல், ஆள்காட்டி விரல், நடு விரல் ஆகியவைகளைக் கொண்டு அந்த சூரணத்தை ஒன்று அல்லது இரண்டு முறை எடுத்து நோய்க்குத் தக்கபடி வாயிலிட்டு வெந்நீர் குடிக்கவும். இப்படி இரண்டொரு தடவை செய்தபின் 2 மணி முதல் 6 மணி நேரத்தில் சிறுநீரில் உள்ள சர்க்கரையின் அளவு குறைந்திருப்பதை பரிசோதனையில் காணலாம். சிறுநீரின் அளவும் நோய்த் தன்மையும் குறைந்து போய் உடல் சுகநிலையில் இருப்பதை நோயாளி உணரமுடியும். இந்த சிகிச்சையால் பூரண குணம் காணுவிட்டாலும் எவ்வளவு நாளைக்கு செய்கிருர்களோ அவ்வளவு நாள் குணம் தரும் என்பதில் சந்தேகமில்லை. இம்முறை ஊசி மருந்துகளை விட பல மடங்கு மேல் என்பது அனுபவத்தில் கண்டவர்கள் கூறுகின்றனர். இதன் வேர் நீர் ரோகங்களைக் கண்டிக்க பூவைக் காட்டிலும் சக்தி வாய்ந்தவையாகும்.

இம் மூலிகையின் வேர் தற்சமயம் ஆராய்ச்சிக்காக ஸ்விட்சர் லாந்து, அமெரிக்கா போன்ற மேல் நாடுகளுக்கு ஏராளமாக சேகரித்து அனுப்பப்படுகிறது. அவர்கள் ஆராய்ச்சிக்குப் பின்பு இந்த வேர் சத்துக்கள் பேடண்ட் மாத்திரைகளாகவும், ஊசி மருந்துகளாகவும் செய்து மற்ற நவீன மருந்துகள் போல அழகான கலர் பாக்கெட்டுகளில் புதுப்புது பெயர்களை கொடுத்து அவைகளை நம் தலைமீதே அதிக விலைக்கு கொண்டு வந்து விற்பனை செய்யும் காலம் வந்தாலும் வரக்கூடும்! ஆகவே நித்திய கல்யாணி மூலிகையை நித்தமும் தேடி அலைந்து ஏற்றுமதி செய்து ஜீவிக்கும் அன்பர்கள் இதன் வேர்களை அற்பமாக எண்ணுமல் தங்கத்திற்கு சமமாக எண்ணி தந்திரமாக பேரம் பேசிப் பயனடைவார்களாக! □

1969-இல் ஆசிரியர் கண்ணப்பர் எழுதிய இவ்வுண்மை இன்று வரும் செய்திகள் வாயிலாக உறுதிப் படுகின்றது அல்லவா?



198-வது மூலிகை

சர்க்கரை வள்ளிக் கிழங்கு

இசெடி கொடிகளைத் தமிழக மக்கள் போற்றிய அளவிற்கு உலகில் வேறெவருமில்லை எனலாம். இரண்டாயிரம் ஆண்டுகட்கு முன்னரே, செடி கொடிகளின் பெயரைத் தமக்கு சூட்டிக் கொண்ட புலவர்களைப் பற்றிப் பழந்தமிழ் நூல்கள் குறிப்பிடப்பட்டுள்ளதைக் காணலாம். சங்க இலக்கிய நூல்களில் உள்ள 'வெள்ளெருக்கிலையார்' 'பசலையார்' போன்ற பெயர்கள் இதனைப் புலப்படுத்தும். அவ்வகையில் சிறப்பான இடம் மட்டுமல்லாமல், தெய்வ நிலையையும் பெற்ற மூலிகையொன்று உள்ளது. அது அன்றுடம் தமிழக மக்கள் நெஞ்சிலும் வாக்கிலும் இடம் பெற்று உள்ளது.

"ஸ்ரீ வள்ளி தேவசேனா சமேத சுப்ரமண்ய சுவாமி நம."

என அன்றுடம் முருக பக்தர்கள் போற்றும் வழிபாட்டு மந்திரத்தில் முதலில் இடம் பெற்றுள்ள 'ஸ்ரீ வள்ளி' என்பது — முருகப் பெருமானின் கிரியா சக்தியான ஸ்ரீ வள்ளி அம்பிகையைக் குறிக்கும். அவ்வம்பிகையின் பிறப்பு, வள்ளிக் கிழங்குடன் தொடர்புடையது என்பதாலேயே, அப்பெயர் வந்தது — என்பதை முருகபக்தர்கள் அறிவர். எனவே, நம் நாட்டு மூலிகைகள் வரிசையில், தெய்வீகத் தொடர்புடைய, அதிலும் குறிப்பாக, தமிழ் நாட்டின் தனிப் பெருந் தெய்வமாம் திருமுருகப் பெருமானின் கிரியாசக்திக்குத் திருப்பெயராய் விளங்கும் 'வள்ளி'க் கிழங்கு பற்றி எழுதுவது மிகவும் சிறப்புடையதல்லவா?

பொது விவரம்

மிதமான வெப்பநிலை உள்ள இடங்களில் பயிராகக் கூடியது

வள்ளி இனமாகும். தென்னிந்தியாவில் சாதாரணமாகக் கிடைக்கக் கூடியது. குறிப்பாக மலைப் பிரதேசங்களிலும், குன்றுகளிலும் வளரக் கூடியது. 'வள்ளி மலை' என்னும் ஊர் திருத்தணிகையிலிருந்து 30 கல் தொலைவில் உள்ளது. இங்கு தான் ஸ்ரீ வள்ளியின் வரலாறு தொடங்கி முருகப்பெருமானின் களவு மணம் நடைபெற்றதாகக் கருதப்படுகிறது. எனவே குன்றுகளில் வளரும் இனம் வள்ளிஇனம். பழந்தமிழ் இலக்கியங்கள் இதனைப் பற்றிக் குறிப்பிடாததால்— பெரும்பாலும் இடைக் காலத்தில் அயல் நாட்டிலிருந்து வந்த மூலிகையாக வள்ளி இனத்தைக் கருதலாம்.

'வள்ளி' எனும் இவ்வினத்தில் பல்வேறு கிழங்குகள் இருந்த போதிலும், குறிப்பாக, கீழ்க்கண்ட 5 வகையையே முக்கியமானதாகக் கருதுவர்.

1. சர்க்கரை வள்ளி
2. சிறுவள்ளி
3. பெருவள்ளி
4. வெற்றிலை வள்ளி
5. பால் வள்ளி

பெருவள்ளி என்பது — ஆனி மரவள்ளியாகும். 'ஆனி வள்ளிக் கிழங்கு' என்பர். வெற்றிலை வள்ளி என்பது காய் வவ்வியாகும். செவ்வள்ளிக் கொடி என்ற இனமும் உண்டு.

சர்க்கரை வள்ளிக் கிழங்கு பெரும்பாலும் மார்கழி, தை, மாசி, பங்குனி ஆகிய மாதங்களில் தமிழகத்தில், பண்டிகைகளிலும், திரு விழாக்கால தின்பண்டமாகவும் பயன் படுத்தப்படுகிறது.

பொதுக்குணம்

தெய்விக வாழ்வு பெற்ற வள்ளிக்கிழங்கு உணவாகவும், மருந்தாக வும் பயன்படுகின்றது. கொடி வகையான சிறுவள்ளி, செவ்வள்ளி, சர்க்கரைவள்ளி ஆகியன மருந்தாகவும் உணவுப் பண்டங்கள் தயாரிக்க வும் உதவுகின்றன.

சிறுவள்ளி

இதன் கிழங்கு வயிற்றுப் புழுக்களைக் கொல்லும் ஆற்றலுடையது. இதன் இலையைக் குடிநீராக்கிக் கொடுக்க மலப்புழுக்கள் வெளியேறும். இவ்விலைச் சாற்றை வில்வஇலை, கருஞ்சீரகம், ஆகியவற்றுடன் காய்ச்சி

குட்ட நோய் முற்றியபின் வரும் இரணங்கள் மேல் தடவிவர அவை ஆறும்.

செவ்வள்ளி

செவ்வள்ளிக் கொடி, மிகச் சிறந்த புழுக்கொல்லியாகப் பயன் படுகிறது. கொடிய நோயான குட்டநோய், கடுவன், குதிக்கால் கொப்புளம் ஆகியவற்றைத் தீர்க்க, இதன் இலையைக் குடி நீராக்கிக் குடித்து வரவும். கரப்பான் போன்ற மேக நோய்களைத் தீர்க்கத் தயாரிக் கப்படும் மேற்பூச்சுத் தைலங்களில் செவ்வள்ளிக் கொடிக் கிழங்கும் இடம் பெற்றுள்ளது.

சர்க்கரை வள்ளிக் கிழங்கு

மற்றெல்லா வள்ளிக்கிழங்கினை விட மிகவும் இனிப்புச் சுவையைக் கொண்டது சர்க்கரை வள்ளிக் கிழங்கு. அதனால் தான் இதற்கு மட்டும் "சர்க்கரை" என்ற அடைத் தொடர் வந்தது போலும். ஆங்கிலத்தில் கூட இதனை 'ஸ்வீட் பொடாடோ' (Sweet Potato) என்றே குறிப்பிடு கின்றனர்.

பார்ப்பதற்கு உருளைக்கிழங்கு போல் இருப்பதால் இதனை வெள்ளை உருளைக் கிழங்கு என்றும் அழைப்பார்கள். நீர்ச் சத்தும் இனிப்புச் சத்தும் மிகையாகக் கொண்டுள்ள இக்கிழங்கை சிறுவர்கள் முதல் பெரியோர் வரை — சமைக்காமல் கூட பச்சையாகவே வெகு ஆவலுடன் உண்பர். தமிழரின் தனிப் பண்டிகையான, பொங்கல் பண்டிகையில் தவறாமல் இடம்பெறும் இவ்வள்ளிக் கிழங்கு.

உணவாக மட்டுமின்றி, மருந்தாகவும் பயன்படும் இதனை, வெளி நாட்டார், சாராயம், மற்றும் சர்க்கரை மாவுப் பொருள்களைத் தயாரிக்க வும் பயன் படுத்துகின்றனர். சர்க்கரை வள்ளியின் ஊட்டச்சத்து கிழங் கிலும் இலையிலும் மிகுந்த அளவில் காணப்படுகிறது. சில இடங்களில் இதன் கீரையைச் சமைத்துண்பர்.

மருத்துவப் பயன்

சத்துக் குறைவான உணவால் சோகை போன்ற நோய்கள் வரா மல் தடுக்க, ஊட்டச் சத்தினை அளிக்கும் சர்க்கரை வள்ளிக் கிழங்கினை உணவில் பயன் படுத்து நல் நன்மை பயக்கும். வாரம் ஒரு முறையேனும் இக்கிழங்கை அவியல் செய்தும் வேறு வகையிலும் சமைத்துண்பது

நல்லது. இதனால் உடல் குளிர்ச்சி அடையும். வெட்டைச்சூடு தணியும். உடல் ஊட்டம் பெற்று வளரும். போதிய வலிமையுடன் இரத்த ஓட்டம் நடைபெறும்.

என்றாலும் இதில் ஒரு தீமை உள்ளது. அடிக்கடி உண்பதாலும், சுவை காரணமாக, நிறைய சாப்பிட்டாலும் இதுவே பல நோய்களை உண்டு பண்ணிவிடும் என்று சித்தர்கள் எச்சரிக்கின்றனர். மருந்தின் வீரியத்தை முறிக்கும். மூலநோய் உடையவர்க்கும், வயிற்றுக்கோளாறு உடையவர்க்கும், ஆகாது. மூல நோயை வளர்க்கும். வயிற்றில் இரைச்சலை உண்டாக்கும் என்றாலும் இதனை உண்ட பிறகு பொடுதலை, பிரண்டை, புதினா, போன்ற சட்னி வகைகளைப் பயன்படுத்துவதால் இதனால் வரும் தீமைகளை நீக்கலாம்.

தேள்கடி நஞ்சு முறிய

சர்க்கரை வள்ளிக் கிழங்குக் கொடியின் இலையை அரைத்து தேள் கடிவாயிலில் வைத்து பூசினால், கடி வலி குறையும். நஞ்சு முறியும்.

வெண்மை, சிவப்பு என இரு வகையாய் விளையும் இக்கிழங்கை, சாதாரணமாக வேக வைத்து— தோலினை நீக்கி கிராம மக்கள் உண்பர். 'பசிக்கு பனம்பழம்' என்பது போல் 'ருசிக்கு சர்க்கரை வள்ளிக் கிழங்கு' எனலாம். ஆனால் மந்தமான போக்கினை உண்டாக்குமாதலால் விரும்பி உண்ணும் கிழங்காயினும், சிறிதளவே உண்பது நல்லது. இல்லையெனில் கரப்பான், கடுவன், வயிற்று இரைச்சல் போன்ற நோய்கள் உண்டாக வழி ஏற்படும். நோயாளிகளுக்கும், பத்திய உணவிற்கும் இக்கிழங்கு பயன் படாது. ஊட்டச் சத்துணவு தேவைப் படுவோருக்கும், வளரும் குழந்தைகட்கும் ஏற்றது சர்க்கரை வள்ளிக் கிழங்கு.

'அளவோடு பெற்றால் வளமோடு' வாழலாம் என்பது குடும்பக் கட்டுப்பாட்டிற்கு மட்டுமல்ல; 'அளவோடு உண்டால் வளமோடு வாழலாம்' என்பது சர்க்கரை வள்ளிக் கிழங்கிற்கும் பொருந்தும்.

'உள்ளிற்கொள் நன்மருந்தையும் முறிக்குஞ்
சர்க்கரையாம்
வள்ளிக் கிழங்கதிக மந்தத்தால் - உள்ளில்முளை
மூலம் வினையுருதம் மோடிரைச்சலுண்டாகுங்
கோல வயிறுங் கடுக்குங்கூறு.' (கு. மு.)

சங்க இலக்கியத்தில் மருந்துச் செடிகள்

க. வேங்கடேசன், எம். ஏ., சென்னைப் பல்கலைக் கழகம்

மனித சிந்தனையின் இரு முகங்கள் கவிதை அனுபவமும், ஆராய்ச்சி அனுபவமும் ஆகும். உணர்வின் அடிப்படையில் எழும் சிந்தனை, கவிதை அனுபவமாகிறது; அறிவின் அடிப்படையில் எழும் சிந்தனை, ஆராய்ச்சி அனுபவமாகிறது. பண்டைக் காலத்திலிருந்தே இவ்விரு வகை அனுபவங்களை ஏந்தும் அரிய- எளிய சாதனமாக இலக்கியம் விளங்கி வருகிறது எனலாம். அறிவின் துணைக் கொண்டு பண்டைய இலக்கியங்களை அணுகும் போது முன்னேறி வரும் இன்றைய அறிவியலுக்கு வித்தாக விளங்கும் ஆக்கக் கூறுகள் பலவற்றைக் காண முடிகிறது. இவ்வகையில், பழந்தமிழ் இலக்கியமான சங்க இலக்கியத்தில் கூறப்பட்டுள்ளத் தாவர இனங்களை மருத்துவ அறிவின் துணைக் கொண்டு அணுகும்போது, மருத்துவ தாவரங்களைப் பற்றிச் சங்க இலக்கியச் சான்றோர்கள் பெற்றிருந்தப்புலமை புலனாகிறது.

மனித வாழ்வில் தாவரங்கள் பெற்றுள்ள இடம்- மருத்துவத் தாவரங்களின் சிறப்பு- உலக அரங்கில் இவை பெறும் பங்கு- சங்க இலக்கியத்தில் இடம் பெற்றுள்ள மருத்துவத் தாவரங்களைப் பற்றிய விவரங்களை ஆய்தல் — ஆகியவற்றைப் புலப்படுத்துவதே இக்கட்டுரையின் நோக்கம்.

மனித வாழ்வில் — தாவரங்கள் : பொதுவாகத் தாவரங்கள் மக்களுக்கு உண்டியும், உறையும், உடையும் ('' மனிதன் முதன் முதலில் பருத்தியிலிருந்து ஆடை நெய்தான். தற்போது அன்னாசி போன்ற தாவர இலை நார்களிலிருந்து மெல்லிய பட்டாடைகளை நெய்கிறான் '' - தாவரங்களின் பொருளாதார சிறப்புக்கள். பக்-1) தருவதுடன் பிணி தீர்க்கும் பெரு மருந்தாகவும் தொன்று தொட்டே விளங்கி வருகின்றன. உலகெங்கும் ஏறக்குறைய 2,50,000 தாவரங்கள் உள்ளன என்று அறிவியலார் கணித்துள்ளனர். இவற்றில் பெருப்பாலானத் தாவரங்கள் மனித வாழ்வின் வளமைக்குப் பல்வேறு வகைகளில் உதவுகின்றன. (1) உணவுப் பயிர்கள், (2) காய்கறி வகைகள் (3) சர்க்கரை, தரசம் முதலியவை அளிக்கும் தாவரங்கள், (4) பயன்படும் கனிகள் (5) பானங்கள் தரும் தாவரங்கள் (6) நறுமணப் பொருட்களைத் தரும் தாவரங்கள் (7) புகை தரும் தாவரங்கள் (8) மருந்துத் தாவரங்கள் (9) நார் தரும் தாவரங்கள் (10) காட்டுத் தாவரங்கள் (11) கோந்துகளும் பிசின்களும் (12) டர்பன்டைன்கள் (13) பதத் துவர்களும் சாயங்களும் (14) பச்சை எருப் பயிர்கள் (15) எண்ணெய் பொருட்களைத் தரும் தாவரங்கள் (16) கால் நடை உணவு தரும் தாவரங்கள் (17) பூக்காதத் தாவரங்கள் (18) கடற்பாசிகள் (19) பூஞ்சைகள் (20) லைக்கன்கள் என இருபது வகை

களாகத் தாவரங்களின் பயன் முறைகளைப் பகுப்பர் தற்காலத் தாவர இயல் அறிஞர், இவற்றில் 1) உணவுப் பயிர்கள் 2) காய்கறி வகைகள் 3) கனிகள் 4) நறுமணப் பொருட்கள் 5) புகையுண்டாக்கும் பொருட்கள் 6) மருந்துத் தாவரங்கள் 7) எண்ணெய்ப் பொருட்களைத் தரும் தாவரங்கள் ஆகியன பழந்தமிழர் வாழ்வில் இடம் பெற்றுள்ளன.

மருத்துவத் தாவரங்களின் சிறப்பு

தாவரங்களிலிருந்து மருந்தை மனிதன் பெற்ற வரலாறு மிகச் சுவையான வரலாறு ஆகும். தாவரங்களை மருந்தாகப் பயன்படுத்தும் விதத்தினை மனிதன், மிருகங்களிடமிருந்தே தொடக்கத்தில் அறிந்திருக்க கூடும். புல்லைத் தின்று நாய்கள் வாந்தி எடுக்கின்றன. பாம்புடன் சண்டையிட்டக் கீரிப்பிள்ளை, விரைவாகச் சென்று அருகம் புல்லை,

(''அருகன்வேர் எடுத்து உரலில் இட்டு நறுக்கியே
இறுகவும் பிழிந்த சாறரைப்படி யெள்ளெண்ணெயும்
மருவுகாற்பஅ வசம்பு கூட்டியும் எரித்துமே
வீரியங்கடிகள் மீளும்மேல் அதைப்பூசிடே''
(விரியன் பாம்புக்கடிக்கு அறுகம்புல்வேர் மருந்தாதல்)
—'சரபேந்திரர் வைத்திய முறைகள்')

கடித்துத் தின்றும் அதன் மீது புரள்வதையும் கண்கூடாகக் காண்கிறோம். தன் உடலில் ஒரு நரம்பில் எற்படும் நோயைத் தீர்க்க நீர்யானை ஒருவித நாணலைத் தன் கால்களால் நோயுள்ள இடத்தில் அடிபடும்படிச் செய்கிறது என்று ஷிமிட்பர்க் (Shmidedburg) எனும் செர்மானிய அறிஞர் கூறுகிறார். நீர் யானை தன் உடல் அளவுக்கு மீறிப் பருத்துவிட்டால் நாணல் நிறைந்துள்ள தண்ணீரில் இறங்கி, கூர்மையாக உள்ள நாணலின் மீது தன் உடம்பைப் பலமுறை மோதி நரம்பைப் புண்ணாக்கி, அதிலிருந்து குருதியை வெளியேறும்படிச் செய்யும் என்று அவர் மேலும் கூறுகிறார். பாம்பு, தன் மீதுள்ள புறத் தோலினை நீக்குதற்கு ஒரு பச்சிலை மீது புரள்கிறது என்று பாம்பாட்டிகள் கூறுவர். மலைப்பாம்பு லெட்டியூஸ் (Lettuce) என்னும் கீரையைத் தின்று வயிறு கழிகிறது என்று காட்டு வாசிகள் கூறுவர். இதுபோல் மற்ற உயிரினங்கள், தமக்குத் தோன்றும் பிணிகளை, இயற்கையில் கிடைக்கும் தாவர இனங்களைக் கொண்டு பயனடைவதைக் கண்ட பண்டைய மனிதன் இவற்றினிடமிருந்தே, மருத்துவப் பயனாகும் தாவரங்களை அறிந்திருக்கக் கூடும் என்னும் கருத்தில் ஒரளவு உண்மையிருப்பதை மறுப்பதற்கில்லை.

உலக அரங்கில் மருத்துவத் தாவரங்கள்

மனிதனின் முதல் மருந்து தயாரிப்பு தாவரங்களிலிருந்து தான் என்பதை வரலாற்றுக் குறிப்புகள் வழி உணரலாம். பழங்குடி மக்களின்

பழக்க வழக்கங்களில் இன்றும் கூட நிலவி வரும் மருத்துவ முறைகளை ஆய்வதற்குத் தனியாக ஒரு துறையே உள்ளது. அதனை 'எதனோபாடனி' (Ethnobotony) என்பர்இன்றளவும் அத்தகைய மருத்துவமுறைகள் பயன் தருவதிலிருந்து பண்டைய மருத்துவத் தாவரங்களின் மகிமைபுலனாகிறது. ("It must be remembered that man in his original state was completely herbivorous and it logically follows that even now after so many hundreds of years drifting away from this once, ideal diet he could do worse than seek among these wonderful needs for tho things that will help in times of illness and distress.

— J. Hewlett - Parsons, 'Herbs, healh and Healing' Health and Harmony series, London.) ஆயிரக்கணக்கான ஆண்டுகளாக,அனுபவத்தில் நம் முன்னோர்கள் பெற்ற மருத்துவத் தாவர அறிவே இன்று உலகெங்குமுள்ள அறிவியல் சோதனைக் கூடங்களில், மாத்திரைகளாகவும் உருப்பெற்று மக்கள் நல்வாழ்வுக்கு உறுதுணை செய்து வருகின்றன. ('At any rate our present day knowledge of the use of herbs has thousands of years experience behind it to show certain plants can put us right, harmlessly and gently healthwise'

— Cares, 'Herbs to help you' Thorsons Fublisers Ltd, Northamptonshire. P. 6.)

அரேபியா, இந்தியா, சீனு, மலேயா, எகிப்து, ஆகிய நாடுகளில் இன்றளவும் பின்பற்றப்பட்டு வரும், மருத்துவத் தாவர மருந்து முறைகள் உலகில் உள்ள அறிவியல் ஆய்வாளர்கள் சிந்தனையை ஈர்த்துள்ளன. குருதி அழுத்த நோய்க்கு அருமருந்தாகப் பயன்பட்டு வரும் 'சர்ப்பாசில்' மாத்திரையின் வரலாறு பீகார் மாநிலத்துப் பழங்குடி மக்களிடையே புழங்கி வரும் 'சர்ப்பகந்திச் செடியுடன் (Rauwolfia Serpentina) பிணைந்திருக்கிறது. ஆஸ்துமா நோயாளிகட்கு அரிய மருந்தாக விளங்கும் எபிடிரின் [Ephidrin] சீனநாட்டில் காணப்படும் 'மா-ஹுவாங் [Ma-Huang] எனும் மூலிகை அளித்த நன்கொடையாகும். இரண்டாம் உலகப்போரின் போது உலகத் தொடர்பு அற்று, மலேரியாக் காய்ச்சலால் சீனமக்கள் சொல்லொணுத் தொல்லை அடைந்தனர். அல்லலுற்ற அம்மக்களுக்கு ஆபத்துதவியாக விளங்கிய மருந்து 'சங்ஷன்' [Chang-Shun] என்னும் தாவரமாகும். அருவருப்பினை உண்டாக்கும் வெண்குட்ட நோய் நீங்குதற்கு, எகிப்தில் விளையும் 'அம்மி மஜீஸ்' [Ammi-Majus] என்னும் தாவரத்தின் பழம், பயனாகிறதெனும் செய்தியை அறிந்த அறிவியலார் அந்தப் பழத்தினை மருந்தாய்வுக்கு உட்படுத்தி அதிலிருந்து 'அமோடிரின் [Ammodrin] என்னும் மருந்துப் பொருட்களைப் பிரித்தெடுத்துள்ளனர்; பழமையான நாகரிகங்களுக்கிணையாகப் புகழப்படும் சிந்துவெளி நாக

சிகத்தில் வேம்பு [Azadiarethta-Indica] மருந்தாகப் பயன் படுத்தப்பட்ட செய்தி, அகழ்வாராய்ச்சிக் குறிப்புகளிலிருந்து கிடைக்கிறது. இன்றளவும் கொடிய நோயாகக் கருதப்படும் மஞ்சட் காமாலையைத் தீர்த்து உயிர் காக்கும் மூலிகைகளாக விளங்குவனத் தமிழகம் அளித்த கரிசலாங்கண்ணியும், கீழா நெல்லியும் ஆகும்.

தாவரங்களை மருந்தாகப் பயன் படுத்தத் தொடங்கிய காலத்தை வரையறுக்க இயலாது; ஆனால் அஃது தொடர்ந்து வரும் வரலாறு என்பதை அண்மையில் வெளிவந்த செய்திக் குறிப்பு உறுதிப்படுத்துகிறது. கோடிக்கணக்கானப் பணத்தைச் செலவழித்தும் கொடிய புற்றுநோயைத் தீர்க்கும் மருந்தை இன்னும் அறிய முடியவில்லை. செயற்கை முறையில் மருந்து காண முடியாது தவிக்கும் அறிவியலார்க்கு உற்றத் துணையாகத் தாவர மருந்து ஒன்று அண்மையில் கண்டு பிடிக்கப்பட்டுள்ளது. பெயர் அறிவிக்கப்படாத இத் தாவரம் 'எத்தியோபியா' மற்றும் 'கென்யா' நாடுகளில் காணப்படுகிறது. இதிலிருந்து 'மெட்டான்சின்' [Maytansin] எனும் மருந்தை அண்மையில் கண்டு பிடித்துப் புற்று நோய் தீர்க்கும் சோதனைகளைச் செய்ததில் நற்பலனை அடைந்திருப்பதாகச் செய்திகள் வாயிலாக அறிகிறோம். ('Anti - cancer drugs from plants' :A search through the world of plants is turning up a host of potential anti cancer drugs.

One of the most promising new ones is a chemical, named Maytansin derived from a shrub that grows in Ethiopia and kenya

In early tests, Maytansin is doubling the life span of mice suffering from leukemia, Dr. S. Morris kupchan of the university of Virginia told in American Cancer society seminar for science writers.

Maytansin is remarkable in that. it is an antibiotic like chemical apparently the first to be obtained from a plant rather than microbes. This means there could be other such more potent chemicals in plants. There is a slight chance, being investigated now, that the chemical is produced in the soil by microbes and then enters the root system of the shrub.)

— 'Caravan' Magazine, (Medical Log) India, 1-1-76.)

(தொடரும்)

பொருள்களின்

குண விளக்கம்

[சென்ற மாதத் தொடர்ச்சி]

வெண்ணெய் வகை

முலைப்பால் வெண்ணெய்க்குணம்

கண்ணெரிவுங் கையெரிவுங் காலெரிவு நாசிகளி
லண்ணெரிவு மண்ணி லகன்றிடுங்காண்-தண்ணு
ரலைப்பால் மாண்பது கனிசெய்யு மாதர்
முலைப்பால் வெண்ணெய்க்கு முரிந்து.

(இ-ள்.) சிறந்தமாதர் முலைப்பால் வெண்ணெய்க்கு கண், கை கால், நாசி, இவ்விடங்களில் உண்டாகும் எரிச்சல் நீங்கும்.

பசுவெண்ணெய்க் குணம்

கண்ணி லெழுநோயுங் கண்ணெரிவும் பீளையும்போ
மெண்ணும்பசியு மெழும்புங்காண்—நண்ணரிய
ஆவினறும் வெண்ணெய்க் ககலும்வன் மேகமெல்லாம்
பூவினர்க் கெல்லாம் புகல்.

(இ-ள்.) பசுவின் வெண்ணெய்க்குக் கண்ணோய் கண்ணெரிச்சல் பீளை சாரல் பிரமேகம் இவைபோம், பசியுண்டாம்.

எருமை வெண்ணெய்க் குணம்

எருமைவெண் ணெய்க்கில் லெரிவுநீ ரிழிவு
பருவமயிலே கேளிப் பாந்ற்-கிருமியுறும்
மந்தமாம் வாதமிகு மாரக்கபங் கரப்பான்
ரேந்தமா நோயருடஞ் சொல்.

(இ-ள்.) பருவமயில் போலுஞ்சாயலையுடைய பெண்ணே! எருமை வெண்ணெயினால் பித்த மூத்திரகிரிச்சுரம் நீங்கும். மலாசயக்கிரிமி அக்கினி மந்தம் வாதரோகம் கபாதிக்கம்கரப்பான் தொந்தரோகம் ஆகிய இவைகள் உண்டாமென்க.

வெள்ளாட்டு வெண்ணெய்க் குணம்

வெள்ளாட்டு வெண்ணெயது வீறுசுரந் தான்போக்குந்
தள்ளாடு பித்தந் தணிக்குங்காண்-தெள்ளுமொழி
மானே பசியெழுப்பும் வன்கரப்பனை கடற்குட்
டானே துரத்திவிடுஞ் சாற்று.

(இ-ள்.) தெள்ளியமொழியையுடைய பெண்ணே! வெள்ளாட்டு வெண்ணெய் சுரரோகம் பித்தநோய் கரப்பான் ஆகிய இவைகளை நீக்கும் பசியை உண்டாக்குமென்க.

ஒட்டை வெண்ணெய்க் குணம்

கட்டழகு செய்யுநற் காரிகையீர் கேண்மின்கள்
ஒட்டைவெண் ணெய்மந்த மொடுவாதங்-கிட்டவைக்கும்
நீரிழிவுக் கேற்கு நிறைபித்தம் போக்கிவிடும்
பாரறியச் சொன்னோம் பகுத்து.

(இ-ள்.) ஒட்டை வெண்ணெயானது நல்ல அழகையும் மந்தத்தையும் வாதரோகத்தையும் உண்டாக்கும். நீரிழிவையும் பித்தகோபத்தையும் நீக்குமென்க.

நெய்வகை

பசுவின் நெய்க்குணம்

தாகமுழ லைசுட்சம் வாந்திபித்தம் வாயுபிர
மேகம் வயிற்றெரிவு விக்கலழல்-மாகாசங்
குன்மம் வறட்சி குடற்புரட்ட லஸ்திசுட்டஞ்
சொன்மூலம் போக்குநிறைத் துப்பு.

(இ-ள்.) பசுவினது நெய்யானது தாகம் உழலைப்பிணி அதிசுட்கரோகம் வாந்தி பித்தாதிக்கம் வாதவிஷம் விரணப்பிரமேகம் வயிற்றிலெரிவு பித்தவிக்கல் இருமல் வயிற்றுவலி சிலேப்பு குடல்நெளிதல் அஸ்திசோம்பல் மூலரோகம் ஆகிய இவைகளை நீக்குமென்க.

காராம் பசு நெய்க்குணம்

காராம் பசுநெய்யாற் கண்ணுக் கொளியுண்டாம்
நீரார் விழிபுருவ நெற்றிசிரச்-சூரொழியும்
மெய்யிற் குழைவு மிளர்பொன் னிறமும்வரும்
நெய்யா லிதுமேலே நிகழ்த்து.

(இ-ள்.) காராம்பசு நெய்யால் நேத்திரத்திற் கொளிவும் சரீர புஷ்டியும் பொற்சாயலும், உண்டாகும். கண் புருவம் நெற்றி சிரசு இவைகளைப் பற்றிய நோய்கள் விலக்குமென்க.

எருமை நெய்க் குணம்

புத்திகெடு மெய்யழகு போதக் கெடுநயனம்
மெத்தவொளி மாறிவிடு மேதினியிற்-சத்தியமா
முறுவாத மொடுபித்த மாருக் கரப்பானுங்
கோதெருமை நெய்யருந்திற் கூறு.

(இ-ள்.) எருமை நெய்யால் அறிவு அழகுகண்ணொளி இவைகள் மத்திபமாம். வாதபித்ததோஷம் கரப்பான் இவையுண்டாமென்க.

வெள்ளாட்டு நெய்க்குணம்

ஐயைப்போக் கும்வாதத் தாண்மையைக் கெடுத்துவிடு
மெய்யை வளர்க்கும்விழி யைத்துலக்கும்-வையகத்திற்
பத்தியத்திற் காகும் பயமிலேவெள் ளாட்டின்னெய்
நித்தியங் கொண்டாலுங் கொண்ணீ.

(இ-ள்.) வெள்ளாட்டின் நெய்யையுண்ணில் அதுசிலேஷ்மாதிக்கத்தையும் வாதகோபத்தையும்போக்கும், சரீரத்தை வளர்ப்பதுமன்றிக் கண்ணுக்கொளியை யுண்டாக்கும், பத்தியத்திற்குதவுமென்க.

செம்மறியாடு பள்ளையாடு இவைகளின் நெய்க்குணம்

செம்மறியி நெய்யதனைத் தின்ன மதுரமுமாங்
கொம்மைமுலை மாதரசே கூறக்கே-ளம்முறுங்காண்
பள்ளையின்னெய் பித்தொழிக்கும் பாலருகி லெல்லாருங்
கொள்ளத்தான் மந்தமருங் கூறு.

(இ ள்.) இளமை பொருந்திய தனங்களையுடையபெண்ணே! மதுரமுள்ள செம்மறியாட்டு நெய்யால் கபநோயதிகரிக்கும் பள்ளையாட்டு நெய் பித்தநோயை யொழிக்கும் மந்தமாமென்க

[தொடரும்]

தமிழ்த் திருமணம்

[கி. இராமலிங்கனார் எம்.ஏ.,]

செய்முறையும் - விளக்கமும்

(சென்ற இதழின் தொடர்ச்சி)

II செய்முறை விளக்கம்

பட்டங்கட்டுவது, பழைய புதிய உறவினர் பலரும் மணமக்களிடம் தம் உறவு உணர்வைக் காட்டிக் கொள்ளப் பயன் படுவதாகும்.

மாலை மாற்றல் மணத்திற்குப் பெரிதும் உரித்தான மங்கல நிகழ்ச்சி பிறருக்கு நேரே மணமக்கள் நின்று ஒருவருக்கொருவர் தலைவணங்கி மாலையேற்பது வாழ்வில் ஒருவருக்கொருவர் விட்டுக் கொடுத்து மனம் ஒத்து வாழ்வதற்கு நல்ல அறிகுறி.

வலம் வரும்போது, பெண்ணின் கையைத் தானே தொட்டுப் பிடிக்கிறார். (ஓம்படை செய்யும்போது, தன் கையில் மணமகளின் கை பிறரால் வைக்கப் பெற்றது).

மணமகளின் வாழ்க்கை ஒளி விளக்கால் வழி காட்டப்பெற்று, ஒன்று பலவாக முளைத்து மிளிர வேண்டும் என்னும் எண்ணத்தையுண்டாக்கி பீடு நடை போட வேண்டுமென்பதற்கு அறிகுறியாக முன்னே விளக்கேந்தி ஒரு பெண் செல்ல, அவளைத் தொடர்ந்து முளைக்கும் சிறுமியர் முளையேந்திச் செல்ல, மணமக்கள் வலம் வருவது மகிழ்ச்சியளிக்கும் காட்சி.

முளைக்கும் பருவத்திலுள்ள சிறு பெண்களே முளையேந்தி வந்து வயதான இளம் பெண்களோ, முதிய பெண்களோ இங்கு இடம் பெறுவது இல்லையென்பது கருதத் தக்கது.

அம்மி மிதிப்பதிலே அருங்கருத்து இருக்கின்றது. பெண்ணுக்கு புகுந்த வீட்டிலே கருங்கல் மேல் நிலையான கடைக்காலிட்ட வாழ்வு உண்டு என்பதை மணமகன் மணமகளுக்கு உணர்த்துகிறான். மணமக்கள் அசைக்கலாகாத கற்புடையவர்களாக விளங்குவர் என்பதையும் சுட்டுகிறது.

பெண்ணின் தலையையும், கையையும் முன்பு தொட்ட மாப்பிள்ளை இப்போது அவள் காலையும் தொட்டு, எல்லோர் முன்பும், அவளை உச்சந் தலை முதல் உள்ளங்கால் வரை முற்றும் தனக்கு உரியவளாக ஏற்றுக் கொண்டான் என்பதை பலர் அறிய விளம்புவதும் இந்நிகழ்ச்சியே.

பொரியிடுவது, மாப்பிள்ளை மைத்துனனை தன் சிறு பணிகளுக்கு ஆட்படுத்திக் கொள்ளுவதின் தொடக்கமாகும். மாமியார் விட்டுச் சென்றதும், மாப்பிள்ளை தன் மனைவியை, அழைத்துவர மைத்துனனே துணையாயிருப்பான். தன் அன்னையுடன் அடுப்பங்கரைப் பகுதியில் இருக்கும் போது அவளைக் கூப்பிடச் சொல்வதற்கேயன்றி, வீட்டிலுள்ள மற்றவர்களுடன் தொடர்பு கொள்ள உதவி செய்பவனும் மைத்துனனே. அவனை இங்கு ஓமத்தில் பொரியிடத் துணைபுரியப் பண்ணி, அவனுக்கு மாலை மரியாதைகள் செய்து, மோதிரமும் இட்டு, மாப்பிள்ளை தன் வயப்படுத்திக் கொள்ளுகிறான்.

உறுதிமொழி இன்றியமையாதது ஒன்று. அதனை ஒலிவாங்கியில் மணமக்கள், படித்து ஏற்று அவையினரின் வாழ்த்தினைப் பெறுவர். தமிழ் மரபுக்கு ஒத்தபடி இதன் வாசகம் அமையும்.

மணமக்கள், இரண்டாவது முறை அழல் ஓம்பிய பின்பு, காப்பவிழ்க்கப் பெற்றதும், மணமனையில் மாறியமர்வர். மணமாகும் வரையில், மணப்பெண், ஓர் அயல் பெண்ணாகக் கருதப் பெறுவாள். மணமான பின்பு, மணமகனின் நெஞ்சத்துக்கு உரிய மனைவியானதற்கு அடையாளமாக, அவனுடைய நெஞ்சுப் பக்கமாகிய இடப்பக்கம் அமர்வாள்.

இதில் இன்னொரு கருத்தும் இருக்கிறது. தெய்வ காரியங்களை செய்யும்போதெல்லாம் மனைவி கணவனின் வலப்பக்கம் இருப்பதே மரபு. அயல் பெண்ணிடத்தில் உடல் இச்சை நினைவு கொள்ளாது இருப்பது போல, மனைவியிடமும், இருவரும் தெய்வச் செயல்கள் பூசனைகள் புரியும் போதுஉடல் நசை பூருது இருக்க வேண்டும் என்பது உட்கிட அதற்குரிய இடம், கணவனின் வலப்பக்கமே. வலம் பொருந்திய 'பேராண்மை'க் கான பக்கம் அதுவே.

மணப் பரிசுகள் உற்றார், உறவினர், அன்பர் நண்பர்களின், பரிவைக் காட்டுவன. மொய்த்துக் கொண்டு எழுதுவித்து வழங்குவதால் ''மொய் எழுதுதல்'' என்று கூறப்பெறும். மணமக்களுக்கு இவை மகிழ்ச்சியூட்டி இவர்களைப் பெருமை கொள்ளச் செய்வன.

செலவு மிகுந்த நேரமாகிய மணக் காலத்தில் மணமக்கள் பெற்றோர்களுக்கு ஓரளவு கை கொடுப்பன. பரிசுகளை அளித்தவர்களுக்கு பின் நேரக் கூடிய, அவர்கள் வீட்டு நிகழ்ச்சிகளில் வேறு வகையாக திருப்பி வழங்கி விடும் நோக்கத்துடனேயே ஏற்கப் பெறுவன.

அரிசி வாழ்த்து, மணமக்கள் என்றென்றும் நிறைவோடு வாழ வேண்டும் என்னும் குறிக்கோளுடன் செய்வது. அரிசி பொழிவு நிறைவைக் குறிப்பது.

(தொடரும்)

கோணல் பல்

முளைக்குங் காரணமும், தடுப்பு முறையும்

(டாக்டர் சிற்சபை)

குழந்தைகளுக்குப் பல் கோணலாக முளைப்பதற்குப் பல காரணங்கள் உள்ளன. முதலில் பல் முளைக்கும் போதே ஒரு சிலருக்கு நெருக்கமாக இல்லாமல் தள்ளித் தள்ளி முளைத்து அதிக இடத்தைப் பிடித்துக் கொள்ளுகிறது. பிந்தின பற்கள் முளைப்பதற்கு இடம் போதசமல் கோணலாகவும் ஒன்றின் மேல் ஒன்ருகவும் முளைத்து விடுகின்றன.

சில குழந்தைகள் உட்கார்ந்திருக்கும்போது தவடையில் கையை வைத்து அழுத்திக்கொண்டு உட்காரும் பழக்கத்தைக் கொண்டிருக்கும். மற்றும் சில பிள்ளைகள் படிக்கும்போது குப்புறப் படுத்து கன்னத்தைக் கைக்குள் பதியும்படி வைத்துக் கொண்டு படித்துக் கொண்டிருப்பார்கள். இவைகளும் பல் கோணலாக முளைப்பதற்குக் காரணமாகும்.

தாய்மார்கள் குழந்தைகளை எப்போதும் கவிழ்த்துப் போடுவார்கள். இதனுல் அதன் முகவாய்க்கட்டை தலையணையாலோ அல்லது மெத்தையாலோ பலமாக அழுத்தப்படுகிறது. இந்த விதங்களில் ஏற்படும் அழுக்கம் குழந்தையின் மெல்லிய முக எலும்புகளுக்கும் தாடைகளுக்கும் பெருந்தீங்கு செய்யக் கூடியன.

பால்பற்கள் அதிகக்காலம் விழாமல் இருந்தாலும் அது விழுந்த இடத்தில் முளைக்க வேண்டிய பற்கள் வரிசைத் தவறி உள்பக்கமாகவும் வெளிப்பக்கமாகவும் முளைத்து வெளிவந்து விடுகின்றன. இதனுல் பல் கோணலாகப் போய் விடுகிறது.

பிள்ளைகளைக் கன்னத்தில் அடிப்பதும் பல் கோணலாவதற்கு ஓர் காரணமாகும். ஆகவே, பெற்ருேர்களும், பள்ளி ஆசிரியர்களும் எக் காரணம் பற்றியும் பிள்ளைகளைக் கன்னத்தில் அடித்தல் கூடாது.

நாக்கைக் கடித்தலும் கோணல் பல்லுக்குக் காரணமாகும். இக் கடிப்பு வேலை அடிக்கடி நடந்தால் மேல் வாய்ப்பற்களும் கீழ் வாய்ப் பற்களும் ஒட்டப் பொருந்தாத காரணத்தால் அவைகளில் சில நேராக வளர முடியாமல் போகின்றன.

வாயினுல் சுவாசித்தலும், கைவிரலைச் சப்புதலும், இரப்பரை சப்புதலும் கெடுதலகன பழக்கங்கள். பல்லின் அடியிலுள்ள எலும்பு நல்ல நிலைமையில் இல்லாவிட்டால் மேற்குறிப்பிட்ட பழக்கங்களால் தீங்கு உண்டாகும். அது நல்ல நிலைமையில் இருப்பதற்குக் குழந்தையின் உணவில் கால்ஷியமும், பாஸ்பரமும், அயோடினும், வைட்டமின்களும் போதிய அளவு இருத்தல் வேண்டும்.

இந்தக் கோணல் பல் விஷயத்தில் தைராயிட், பிட்டுடரிசுரப்பி

களும் சம்பந்தப்பட்டுள்ளன. சிறு வயதில் கணைநோய், எலும்புருக்கி நோய் வந்திருந்தாலும் பல் கோணல் ஏற்படும்.

வாயில் பல் அரும்புகள் அளவுக்கு அதிகமாகவோ, குறைவாகவோ கட்டுவதும் ஒரு காரணமாகும். அதிகபடியான அரும்புகள் தான் பின்னால் குட்டி பற்களாக இரண்டு வரிசையில் முளைக்கும்.

உங்கள் வீட்டுப் பிள்ளைகளுக்கு பால்பற்கள் விழுந்து நிலையான பற்கள் முளைக்கின்ற நேரத்தில் ஒவ்வொருவரும் அக்கரையுடன் கவனித்து வரவேண்டும். பால்பற்கள் லேசாக ஆடுவதற்குத் தொடங்கியிருக்கும். அப்போது பிள்ளைகள் அதை அன்றாடம் சிறிது சிறிதாக ஆட்டிக் கொண்டே இருந்தால் விரைவில் அது விழுந்து நிலையான பல் குறித்த காலத்தில் முளைத்து விடும். பெற்றோர்களும் ஆடுகின்ற பால் பற்கள் விழுந்து விட்டால் உடனே அந்த இடத்தில் புதிதான நல்ல பற்கள் முளைக்கும் என்ற எண்ணத்தை பிள்ளைகளுக்கு நினைவுபடுத்திக் கொண்டே இருக்க வேண்டும். பல பிள்ளைகள் பால் பற்கள் விழுந்து விட்டால் அந்த இடம் ஒட்டையாகவே இருக்குமோ என்ற பயத்தில் ஆடுகின்ற பால் பற்கள் விழவிடாமல் பாதுகாப்பதிலேயே அக்கரையுடன் இருப்பார்கள். அவர்களுக்குப் பெரியோர்கள் விபரத்தை எடுத்துச் சொல்ல வேண்டும். கீழ்வரிசையில் பத்து பற்களும் மேல் வரிசையில் பத்து பற்களும் இரண்டு தடவை முளைக்கக் கூடியன. ஆகவே, அவை ஆட ஆரம்பித்தால் விரைவில் விழச் செய்வதில் தான் அக்கரையிருக்க வேண்டும். விழுவதற்கு நாள் கடந்தால் இரண்டாவதாக முளைக்க வேண்டிய பல் பக்கவாட்டில் ஈற்றைக் கிழித்துக் கொண்டு கோணலாகவே முளைத்துவிடும் என்ற விபரத்தை பிள்ளைகளுக்கு அடிக்கடி அறிவுறுத்த வேண்டும். சந்தர்ப்பப்பட்டால் பெற்றோர்களே ஆடுகின்ற பல்லை லேசாக எடுத்து விடலாம். அதனால் பிள்ளைகளுக்கு வலியிராது' தானாகவே விழட்டுமே என்று குழந்தைகளுடன் நாமும் பயந்து இருந்தால் குறித்தகாலத்தில் இரண்டாவதாக முளைக்க வேண்டிய பல் முளைத்து வருவதற்கு வழியில்லாமல் கோணலாகவே வெளிவந்து விடும். அதன் பின்னர் பெரிதும் கவலை கொள்ளக் கூடிய அழகற்ற நிலைமை ஏற்பட்டு விடும்.

பல் கோணலாக முளைத்து வந்தபின்னர் பல் டாக்டர்களிடம் ஓடிச் சென்று ஆலோசனை கேட்பதும், பல் டாக்டர் பல்லை நேராகக் கொண்டு வர ஓர் ஸ்பிரிங்கை மாட்டி விடுவதும் தும்பை விட்டு வாலைப் பிடிப்பதென்ற பழமொழிக்கு ஒப்பானதாகும். ஆகவே பால் பற்கள் தொடங்கியதிலிருந்தே தினமும் பிள்ளைகளைக் கவனித்துக் கொண்டே இருக்க வேண்டும். பெற்றோர்கள் கவனமும் பிள்ளைகளின் கவனமும் பற்களின் மீது இருக்குமானால் கோணைப் பற்கள் முளைக்காமல் தவிர்த்து விடலாம்.

—நன்றி நந்தி.

‘சீ ஞ் க் கா ர ம்’

Dr. S. சேக்முகமது R.M.P.

இ உலகில் உள்ள மக்களை ஆண் இனம், பெண் இனம் என்று இரு வகையாகப் பிரிப்பதைப் போல உலகிலுள்ள பொருள்களை அசையும் பொருள்கள் அசையாப் பொருள்கள் என இருவகையாகப் பிரிக்கலாம்.

மேற்கூறிய இருவகை மக்களுள் பல வகை உண்டு. இதே போன்று அசையும் பொருள்களையும், அசையாப் பொருள்களையும் பல வகையாகப் பிரிக்கலாம். அவை.

1. தாதுப்பொருள்
2. காரசாரம்
3. பாடாணம்
4. உபரசம் அல்லது ரசம் கலந்த பொருள்.

போகர் இரண்டாவது ஆயிரக்காப்புச் செய்யுளில் ‘உங்கந்தானுப்பு வகை இருபத்தைந்து’’ எனக் கூறியதில் இருந்து, காரசாரம் அல்லது உப்புகள் இருபத்தைந்து வகைகள் உள்ளன எனக் குறிப்பிடுகின்றார்.

இந்த இருபத்தைந்து வகை உப்புகளையும் இருவகையாகப் பிரிக்கலாம். 1. இயற்கை உப்பு 2. செயற்கை உப்பு. இயற்கை உப்பு மொத்தம் பத்து ஆகும். அவை.

1. சூடன்
2. சீனம்
3. பூநீறு
4. வளையலுப்பு
5. பச்சைக் கற்பூரம்
6. கல்லுப்பு
7. கறியுப்பு
8. பொன்னம்பர்
9. மீனம்பர்
10. கடல்நுரை

செயற்கை உப்புகள் மொத்தம் பதினைந்து. இந்த பதினைந்து உப்புகளையும் கொதி உப்பு எனவும், கெந்தி லவணம் எனவும் இருவகையாகப் பிரிக்கலாம். செயற்கை உப்புகள் :

1. இந்து
2. பொட்டுலுப்பு
3. கெந்தியுப்பு
4. வெண்காரம்
5. வெட்சாரம்
6. நவாச்சாரம்
7. சத்திச்சாரம்
8. ஏகம்பச்சாரம்
9. திலாலவணம்
10. கெந்திலவணம்
11. காய்ச்சுலவணம்
12. பிடாலவணம்
13. சிந்துலவணம்
14. காசிலவணம்
15. துருசு

மேற்கூறிய காரங்களில் ஒன்று தான் சீனக்காரம். இதை படிக்காரம், படிகி, சீனம் என்ற மறு பெயரால் அழைப்பதுண்டு

சீனக்காரம், பூமியில் விளைகின்ற ஒரு பொருள். இது களிமண்ணுடனும் மற்ற பொருள்களுடன் கலந்து காணப்படும். இதைப் பிரித்து எடுத்து சீனக்காரமாக விற்பனைக்கு வருகிறது.

சீனக்காரம் பஞ்சாப், பீகார், நேப்பாளம், கத்தியவார் ஆகிய பிரதேசங்களில் பூமியின் அடியில் இருந்து வெட்டி எடுக்கப்படுகிறது.

சீனக்காரம் பார்ப்பதற்கு வெண்மையாகவும், படிக வடிவிலும், கெட்டியாகக் காணப்படும். சீனக்காரம் புளிப்பு, இனிப்பு, துவர்ப்பு ஆகிய ருசிகளை உடையதாகக் காணப்படும்.

சீனக்காரத்தின் சுத்தி முறைகள்: சீனக்காரத்தை நீரில் கரைத்து வடிகட்டி, காய்ச்சி எடுத்துக் கொள்ள சுத்தியாகும்

ஓட்டில் சீனக்காரத்தை இட்டு, எரித்து அதன் படிக நீர் நீங்கிய உடன் எடுக்க சுத்தியாகும்.

இளநீரில் படிகாரத்தை இட்டு எரித்து, இளநீர் சுண்டியவுடன் எடுத்துக் கொள்ள சுத்தியாகும்.

சீனகாரத்தைக் கிழிகட்டி எருமைச் சாணத்தில் வைத்து எடுத்துக் கொள்ள சுத்தியாகும்.

சீனக்காரத்தைப் பொரித்தும், தண்ணீரில் கரைத்தும், எரித்து எடுத்துக் கொண்டால் சீனக்காரத்தின் எடை குறையும்.

சீனக்காரத்தின் குணங்கள் :

சீனமெனுங் காரமது சிறிவரு பல்லரணை
ஆனைக்கால் கண்ணோய் அனிலமொடு - மானிலத்தில்
துன்மாங்கிசம் வாய்வு தோலாக உள்ளழலை
குன்மமிவை போக்கு மெனக்கூறு.

மேல் காணும் செய்யுளில் இருந்து சீனக்காரத்தால் பல்லரணை, யானைக்கால், கண்ணோய், நேத்திரவாயு துர்மாமிச வளர்ச்சி வாயு, உட்சூடு, குன்மம் முதலியவை நிவர்த்தி ஆகும் என்பதாம்.

இதுமட்டும் அல்லாமல் மஞ்சள் காமாலை, நீர்கடுப்பு, வெட்டை, பெரும்பாடு, இரத்த போக்கு, தொண்டைப்புண், வாய்ப்புண், இரத்த பித்த நோய், இரத்த பெருக்கு, அதிசாரம், சீதபேதி, குழந்தைகளுக்குக் காணும் கக்கு இருமல், இருமல், பேதி, வாந்தி, பிரமேகம் போன்ற வியாதிகளை சீனக்காரம் நிவர்த்தியாக்குவதுடன்,

மற்றும் பூரம், வீரம் போன்ற பாஷாண சரக்குகளை நீற்றவும், மற்றும் பல பொருட்களுடன் சேர்த்து, இன்னும் பல வகையான வியாதிகளை நிவர்த்தி செய்கின்றது என்றுக் கூறினால் மிகையாகாது.

சீனக்காரத்தின் பயன் : (புற மருந்து)
35 கிராம் தூய்மை செய்த சீனக்காரத்தை 10 லிட்டர் தண்ணீரில் கரைத்து, வடிகட்டி சீனக்கார கரைசலை தயார் செய்து வைத்துக் கொண்டு பின் வருமாறு உபயோகித்தால் நல்ல பலனை தரும்.

இக்கரைசலைக் கொண்டு, வெளிப் புண்களைக் கழுவி சுத்தம்செய்து கொள்ளலாம். மேலும் வாயில் உள்ள பல்லரணை, வாய்ப்புண் ஆகியவைகளை சுத்தம் செய்ய பயன் படுத்தலாம்.

வெட்டுப்பட்ட இடங்களில் இரத்தப் பெருக்கு இருந்தால் மேற்படி கரைசலை பஞ்சு அல்லது துணியில் நனைத்து அந்த இடத்தில் போட்டால் இரத்தப் பெருக்கு நிவர்த்தியாகும்.

மற்றும் மேற்படி கரைசலைக் கொண்டு மூக்கு வாய் குதம் போன்ற இடங்களில் இருந்து வரும் இரத்தத்தை நிறுத்த பயன் படுத்தலாம்.

அக மருந்து : சுத்தி செய்த சீனக்காரத்தை வாந்தி, வாயின்உள் இருந்து வரும் இரத்தம் ஆகியவைகளுக்கு உளுந்தளவு தேனில் வியாதியின் தன்மை அறிந்துக் கொடுக்க நிவர்த்தியாகும்.

சீனக்காரத்தை ஒட்டிலிட்டு பொரித்து எடுத்துக் கொண்டு நன்றாக தூள் செய்து வைத்துக் கொண்டு பிரமாணம் எடுத்து வாயில் போட்டு காலை மாலை தயிர் சாப்பிட மஞ்சள் காமாலை நிவர்த்தியாகும். வியாதியின் தன்மை அறிந்து பயன் படுத்தவும்.

இருமல், கக்குவான் இருமல் ஆகியவைகளுக்கு சுத்தி செய்த சீனக்காரத்தை ஒன்று அல்லது ஒன்றரை குன்றி அளவு பசும்பாலில் சாப்பிட நீங்கும். கக்குவான் இருமலுக்கு ஊமத்தீநீரினும் கொடுக்கலாம்.

சுத்தி செய்த சீனக்காரத்தூளை பாலில் போட்டு காய்ச்சி, பால் முறிந்தவுடன் வடிகட்டி நீரை மட்டும் சாப்பிட இரத்த மூலம் பெரும்பாடு, விட சுரம் ஆகியவை நிவர்த்தியாகும்.

சீனக்காரம், காசுக்கட்டி, இலவங்கப்பட்டை ஆகியவற்றை சுத்தி செய்து தனித்தனியாகத் தூள் செய்து, ஒன்றாகக் கலந்து, 7 குன்றி அளவு தேனில் கொள்ள க்ஷயத்தில் காணும் பேதி, ஆரம்பஊழி நிவர்த்தியாகும்.

சுத்தி செய்த படிகாரத்தை இரண்டு குன்றியளவு ஆடாதோடைச் சாற்றில் ஒரு நாளைக்கு மூன்று வேளை கொடுத்து வர, வெள்ளையும் வெள்ளையுடன் கலந்து காணப்படும் உதிரமும் நிற்கும்.

மற்றும் சோற்றுக் கற்றாழையில் இருந்து சாறு எடுப்பதற்கும் துணிகளில் வர்ணம் ஏற்றுவதற்கும். மயிருக்கு பூச்சும் மருந்துகளுக்கும் இது சேர்க்கப்படுகிறது.

சீனக்காரத்தை அதிக அளவில் பயன் படுத்தினால் வாந்தி, வயிற்றில் புண், வயிற்றுக் கடுப்பு, குமட்டல், பேதி முதலியவற்றை உண்டு பண்ணும்.

சீனக்காரத்தில் செய்யப்படும் மருந்துகள், பற்பங்கள் :

பற்பமாகும் முறை : 1 சீனக்காரத்தை சுத்தி செய்து முட்டையின் வெண் கருவில் நன்றாக அரைத்து குக்குப்புடம் போடவும். இப்படி பற்பம் வெண்மையாகும் வரை குக்குப்புடம் போடவும்.

பயன் : ஒன்று முதல் நான்கு குன்றியளவு பற்பத்தை வெண்ணெயில் உட்கொள்ள நீர்க்கட்டு. தசையடைப்பு, நீரெரிவு நிவர்த்தியாகும்.

பற்பமாக்கும் முறை 2 : நாயுருவியின் உருப்பெடுத்து அதை உத்தாமணி இலை சாற்றால் இரண்டு மணி நேரம் அரைத்து இரு புடம் போட காரமுடையதாக மாறும் இதை பீங்கான் கிண்ணத்தில் இட்டு பனியில் வைக்க ஜெயநீராகியிருக்கும் பின் ஒரு பலம் சீனக்காரத்தை கல்வத்திலிட்டு இரண்டு சாமம் முன் செய்த ஜெயநீரில் அரைத்து வில்லை செய்து காயவைத்து 15 வரட்டியில் புடமிட பற்பமாகும்.

பயன் : ஒன்று முதல் ஒன்றரை குன்றி அளவு வெண்ணெயிற் கொடுக்க எத்தகைய வாந்தியும் உடனே நிவர்த்தியாகும்.

நாயுருவியில் உப்பெடுக்கும் முறை : வேண்டிய அளவு நாயுருவியைப் பிடுங்கி, சுத்தம் செய்து, நன்றாகக் காயப்போட்டு, பின் எரித்து சாம்பலாக எடுத்து, அதன் எடைக்கு பத்து பங்குத் தண்ணீர் விட்டு கரைத்து இரண்டு மணி நேரம் அசைக்காமல் வைத்து தெளிவை இறுத்து அதைக் காய்ச்ச உப்புக் கிடைக்கும்.

பற்பமாகும் முறை 3 : ஒரு பலம் சீனக்காரத்தை நாலு பலம் வெண்ணெயில் அரைத்து வில்லை தட்டி காய வைத்து உலர்த்தி முளப்புடமிட பஸ்பமாகும்.

பயன் : ஒரு உளுந்து எடை ஆவின் பாலில் சாப்பிட வெட்டைத் தீரும். முலைப் பாலில் கலந்து கண்ணில் விட கண் படலம் சதைவளர்ச்சி ஆகிய வியாதிகள் நிவர்த்தி அடையும்.

பற்பமாகும் முறை 4 : சீனக்காரத்திற்கு ஆடு தீண்டாப்பாளையை அறைத்து கவசம் செய்து புடமிட பஸ்பமாகும்.

பயன் : அனுபானங்களில் கொடுக்க வெட்டை, நீரெரிவுத்தீரும்.

பற்பமாக்கும் முறை 5 : முட்டையை உடைத்து அதன் வெண் கருவை முட்டைக் கூட்டுக்குள் இட்டு அதனுடன் சீனக்காரத்தையிட்டு முட்டை ஓட்டால் மூடி சீலமண் செய்து உலர்த்தி ஐந்தெருவில் புடமிடப் பற்பமாகும்.

பயன் : ஆவின் பாலில் சாப்பிட வெள்ளை, வாய் வேக்காடு, நாப்புண், குடல் வயிற்று வேக்காடுநீங்கும்.

(தொடரும்)

நோயும் மருந்தும்!

வினா: ஐயா, எனக்கு உடம்பில் கற்றாழை நாற்றம் அடிக்கிறது. இதற்கு ஆவாரம் பூ, வேர், கிச்சிலி கிழங்கு, கோரைக் கிழங்கு இவைகளை தூள் செய்து குளித்தேன். அதில் பலனில்லை. பிறகு பல வைத்தியம் செய்தும் நாற்றம் போகவில்லை. இதை போக்க என்ன செய்ய வேண்டும்? நல்ல மருந்தினைக் கூறவும். எனக்கு இந்த நாற்றம் சிறு வயதில் இல்லை. இப்போது தான் வந்துள்ளது. காரணம் கூறவும்.

விடை: வாலிப வயதை அடைந்தவுடன் எண்ணங்கள் கட்டுக்கு மீறி பால் உணர்ச்சித் தூண்டப் பெறுவதால் மனதில் பலவித காம இச்சைகள் உண்டாகி, அதனால் உடல் உறுப்புகள் விகாரமடைந்து கற்றாழை நாற்றம் வீசுகின்றது. இது தான் காரணம்.

வினா: எனக்கு ஒரு ஆவல். நான் பார்த்த பல சித்த வைத்தியத்தைப் பின் பற்றுபவர்களும், பல சித்த வைத்தியர்களும் நல்ல உயரத்துடனும், தளதளவென்றும் ஈரப்பசை உள்ளது போன்று பூதம், பூதம் மாதிரி இருக்கிறார்கள். நான் தண்ணீர் வற்றிப் போனாற்போல இருக்கும் என் வயதும் 21. நான் மேற்சொன்னபடி ஆவது எங்ஙனம் எனக் கூறவும். எனக்குப் பயன்படா விட்டாலும் என் தம்பிகளுக்காவது பயன் படும்.

விடை: ஐயா, உடல் பருமனும், தளதளவென்ற தோற்றமும் வேண்டுமானால் முதலில் மனத்தூய்மை வேண்டும். இறைப்பற்று, தியானம் முதலியவைகள் அவசியமாகும். சித்த வைத்தியர்கள் ஆகாரத்தில் பழையது, நீராகாரம், கேழ்வரகு கூழ், மோர் போன்றவைகளை சாப்பிட்டு தளதளவென்று இருந்தார்கள். தற்காலத்தில் காப்பி, டீ போன்றவைகளை சாப்பிட்டு உடம்பை எலும்பு போலாக்கி கொள்ளுகிறார்கள். நீங்களும் சித்த வைத்தியர்கள் சாப்பிட்டபடி சாப்பிட்டு உடல் நலம் பெறுவீர்

வினா: எனக்கு ஆஸ்துமா இருக்கிறதா என ஐயம். சின்றின்பத்தால் பாதிக்கப்பட்டு சிகிச்சையால் நலம் பெற்ற

வன். ஆஸ்துமா இருக்கிறதா இல்லையா என்று எப்படி தெரிந்துக் கொள்வது? அது ஆரம்பக் கட்டமா? அல்லது முற்றி விட்டதா? அதற்கான அறிகுறிகள் என்ன என்று விளக்குமாறு கேட்டுக் கொள்கிறேன்.

விடை: ஆஸ்துமா என்ற நோய் தமிழில் நுரையீரல் காசம் பற்றியது. இது இருக்கிறதா இல்லையா என்பது மூச்சுத் திணறல் மூலம் அறியலாம். நடந்தால், படிக்கட்டு ஏறினல், மழைக் குளிர் காலங்கள், குளிர்ச்சியான பொருட்கள் ஆகியவைகளால் இந்த மூச்சு திணறல் ஏற்படும். ஆரம்பக் கட்டத்தில் இது தெரியாவிட்டாலும் முற்றிய பிறகு நன்ருகத் தெரியும். முக்கியமாக சளி அதிகமாக சேர்பவர்களுக்கு தொல்லை அதிகமாக இருக்கும். இவைகளை சித்த வைத்திய முறைப்படி கைநாடி பார்த்து மருந்து கொடுத்தால் தீரும்.

வினு: நான் திருமணமாகாத 25 வயது இளைஞன். நான் திருமணம் செய்து கொள்வதானல் எத்தனை வயதுள்ள பெண்ணை மணந்து கொள்ளலாம். என்னை விட 2½ வயது குறைவான எனது சகோதரி மகளை நான் திருமணம் செய்து கொண்டால் உடல் கோளாறு ஏற்பட வாய்ப்புண்டா? தயவு செய்து கூறவும்.

விடை: தம்பி, 2½ வயது குறைவாக உள்ள பெண்ணை தாராளமாக மணக்கலாம். சகோதரி மகளை திருமணம் செய்து கொள்வது தவறில்லை. நல்லது தான். முருகன் திருவருளை முன் வைத்து மூன்று முடிச்சு போடு. எல்லாம் இனிதாகும்.

வினு: எனக்கு வயது 14. நான் பத்தாம் வகுப்பு படிக்கிறேன். எனக்கு வாய் சிறிது திக்கும். இதனல் நான் பிறருடன் பேச வெட்கப்படுகிறேன். இதற்கு தேவையான மருந்தைக் குறிப்பிடவும்.

விடை: தம்பி, கவலைப் படாதே! சிறிய கூழாங் கற்களை இரண்டு பக்கமும் அடக்கிக் கொண்டு பேசு. புளியங்கொட்டை அளவு வல்லாரை கீரையை சாப்பிட்டு பால் குடித்து வர குணமாகும். இப்படி 40 நாள் செய்தால் நல்ல பலன் உண்டு.

இதய ஒலி

M. ராமகிருஷ்ண ராவ்,
44, Vth Cross Road,
ராபர்ட்சன் பேட்
K. G. F. கோலார்

ஐயா, வணக்கம் தங்கள் அரிய தயாரிப்பான "நேத்திரப் பூண்டு தைலம்" எனக்கு ஓர் வரப்பிரசாதம் ஆகி விட்டது. எனது கண் கோளாறுகளுக்கு எத்தனையோ சிகிச்சை செய்து விட்டேன். எனது இரட்டை பார்வை குறையவே இல்லை. பல மாத்திரை ஆங்கில மருந்துகளுக்குப் பின்னும் குணமாகாமல் இருந்தது. அதன் பின்னர் தான் தங்கள் நேத்திரப்பூண்டு தைலம் உபயோகித்தேன். எனது இரட்டை பார்வை அடியோடு நீங்கி நல்ல பார்வை பெற்று மிகவும் மனமகிழ்ச்சி அடைந்தேன். வாழ்க உங்கள் கண் கொடுக்கும் தொண்டு.

அன்புள்ள

M. ராமகிருஷ்ணராவ்

⊙ ⊙ ⊙ ⊙ ⊙ ⊙ ⊙

T. S. Raghavan,
2/5 Old Rajendra Nagar,
New Delhi 60

ஸ்ரீ கண்ணப்பர் அவர்கட்கு வணக்கம்,

தங்களிடம் மூலிகை கவசம் முருகன் அம்சம் 1974-ல் பெற்றுக் கொண்டேன். அதன் மகத்துவம் என்னால் எழுத்தாலெழுதி விளக்க முடியாது! நிரம்ப வேலை செய்துள்ளது. நீங்கள் ஒரு மஹா சித்த புருஷரே தவிர சாமானியர் அல்ல! என்பது மூலிகை கவசத்தால் புலனுகிறது. எனது தொழிலும் அபிவிருத்தியடைந்து வீடு கட்டிய பெருமையும் எதிரிகளின் உபத்திரவத்திலிருந்து காப்பாற்றியதும் தாங்கள் அளித்த முருக கவசத்தினுல் தான் என்பது அசைக்க முடியாத நம்பிக்கை. மூலிகைகளில் இவ்வளவு சக்தி இருப்பதைக் கண்டு ஆச்சர்ய படாமல் இருக்க முடியாது. வாழ்க வளர்க மூலிகைகள்.

அன்புள்ள

இராகவன்.

அனுபவம் உணர்த்தும் உண்மை

மா. இராமையா, டர்னர்
மதராஸ் சிமெண்ட்ஸ், லிமிடெட்
இராமசாமி ராஜ நகர், P. O.
626204.

ஐயா,

தங்களிடம் மகா மூலிகை எண்ணெ வாங்கி பத்தியமுடன் இருந்து நானும் என் மனைவியும் பூரண குணம் பெற்று விட்டோம். இதைக் கண்டு என் உறவினரும் வாங்கி சாப்பிட்டு பலன் கண்டு தங்களைப் புகழ்ந்த வண்ணமாக உள்ளார். சர்ம நோய்களையும் ரணம் புண் புரைகளை நீக்குவதில் மகா மூலிகை எண்ணெ நிகரற்றது என்றால் மிகையல்ல! இப்படி ஒரு முறை இருப்பது சித்த மருத்துவத்திற்கே ஓர் பெருமையாகும்.

தங்களின் நேத்திரப்பூண்டு தைலத்தை எனது இரண்டு நண்பர்களுக்கு (கண் பார்வை மங்கியவர்கள்) கொடுத்ததில் குணம் கண்டுள்ளது என்பதை சந்தோஷத்துடன் கூறுகிறேன். ஒருவர் கண்ணாடி அணிவதையே நீக்கி விட்டார். மேலும் மாலைக்கண் நோய்க்கு முயற்சி செய்திருக்கிறேன். நம் நாட்டு மூலிகையாம் தென்னாட்டு மூலிகைகள் என்னாட்டவர் பிணியையும் போக்கும். இது பரம்பரை பரம்பரையாகவே வந்த உண்மை. இதை தாங்கள் விடாப்பிடியாக பறைசாற்றி வருகிறீர்கள். இந்த சேவை பல்லாண்டு நீடிக்க முருகவேல் அருள் புரியட்டும்.

தங்கள் உண்மையுள்ள,
இராமையா

வெளியிடுபவரும் ஆசிரியரும் ; வேலூர் மருத்துவர்
ஆ. இரா. கண்ணப்பர், R.M P, 7, அருளாம்பாள் வீதி, தி. நகர்
சென்னை - 600 017, மூலிகைமணி அச்சகத்தில் அச்சிட்டவர் :
K. பாபு, D.M.E., சென்னை - 600 017.